



Rutas con sabor



San Vicente de la Barquera.



Santillana del Mar.



Los Picos de Europa desde San Vicente de la Barquera.



Potes.



Potes.



El Capricho de Gaudí. Comillas.



Playa de Suances.



Casino de Santander.



Ayuntamiento de Torrelavega.



Liébana.



El Río Ebro en Reinosa.



Puente Viego.

ENTRE EL MAR Y LA MONTAÑA

Cantabria, que durante siglos fue la salida natural al mar del reino de Castilla, es paradigma de privilegiada situación geográfica en la zona central del norte de la península, lo que equivale a conexión con la Meseta y vista permanente al mar, con un buen puñado de ecosistemas que ofrecen los frutos alimentarios del mar, de la montaña campurriana y de la amable suavidad pasiega.

De la mar, bocartes, sardinas, lubinas, merluzas, maganos y cabraños, nécoras, almejas, bogavantes, almejas, cigalas y portentosos calamares.

De tierra adentro, la insuperable carne de la autóctona vaca tudanca, caza en variedades de venado, corzo o jabalí, y, como en tantas otras regiones, el cerdo, que es quintaesencia del cocido montañés.

Para resolver el conflicto entre una cocina que a pesar de llamarse, con cierto buen criterio, comúnmente "montañesa" tiene una buena parte de inequívoca vocación marinera, Carlos Pascual inventó la denominación de "cocina santanderina", de personalidad bien definida, pero que cuenta con innegables influencias de sus vecinos castellanos, vascos y asturianos.

Entre los platos de "ante" cabe destacar la ensalada de pimientos y anchoas o bocartes de tradición cántabra, de los que, no se sabe muy bien por qué, dijo Julián de Zugazagoitia que son más reflejos que sustancia; más plata que sabor; las almejas a la marinera o en salsa verde; las patatas con chirlas o al estilo de Puente Viesgo, y los pimientos rellenos de arroz y carne.

Si de marisco se trata, las opciones son casi infinitas: almejas o amayuelas de Vedreña en crudo; mejillones o majazones; morgueras, navajas o muergos; berberechos o ve-



Playa del Sardinero. Santander.

rigüetos; nécoras; quisquillas o camarones, caracolillos de mar, y bogavantes o abacantos.

Cocidos famosos son el montañés o puchera, con judías; el lebaniego, con fundamento de garbanzos, y el cantabrón, con bogavante entero y cortado en rodajas. De la misma familia son las ollas ferroviarias, herencia gastronómica de un pasado que unía las minas de carbón de La Robla, León, con las acerías del País Vasco; los garbanzos con bacalao y acelgas; las alubias rojas estofadas, y el sorropotún, pariente muy cercano del marmitako vasco, a base de bonito, patas y cebollas. Arroces se preparan con almejas, a la santanderina, con mejillones y chirlas o con salmón.

En el capítulo de pescados, la sardina y la anchoa son las estrellas de mayor fulgor y se hacen de distintas maneras y formas. Las anchoas o bocartes se toman, en empanada, al ajillo, a la cazuela, en salsa amarilla o rebozada y aliñada con vinagreta; las sardinas, con tomate, a la

cazuela y a la santanderina, que va al horno con pan rallado y perejil. Otros platos singulares y afamados son las rabas, calamares macerados y después fritos, el bacalao a la cántabra, los jibiones encebollados, la marmita de bonito, el mero al horno con setas y tomillo a la pimienta, la lubina al estilo de Santander, el besugo al horno, la merluza rellena de bechamel o al estilo de Laredo, con una salsa verde y acompañada de almejas.

Platos de carne con sello propio son los estofados de falda o morcillo, la ternera montañesa, el solomillo de ternera al queso Picón, diversos platos de caza a base de becadas, jabalíes, venados y corzos, el pollo campurriano, el conejo y el cordero a la montañesa, el costillar con castañas, el solomillo al queso de Treviso, y los callos a la montañesa, ligeros y con mucha salsa, o a la santanderina, con su morro y su pata, morcilla, chorizo y punta de jamón. En el apartado final de dulcería ocupan lugar de honor las tradicionales



Picos de Europa.

quesadas pasiegas, las corbatas de Unquera, el bizcocho de natas, los hojaldres y las polkas de Torrelavega, las rosquillas de Reinosa, los fri-suelos, los canapés de Tresviso y los sacristanes de Liérganes.

¡ECHA VINO, MONTAÑÉS, QUE LO PAGA LUIS DE VARGAS!

Fue Fernando III el Santo, quien, al iniciar la tarea sistemática de la conquista del valle del Guadalquivir, allá por la mitad del siglo XIII, abrió a los cántabros los horizontes del sur de España, al requerir su concurso de experiencia marinera en tan grande empresa. Los cántabros o montañeses conocieron allí y exportaron a todos los rincones de la península el aceite de oliva y en paralelo fueron afianzándose como taberneros y después como gerentes de las tiendas de ultramarinos. Durante siglos, el montañés devino en una institución que se convierte en

verso en la pluma de Fernando Villalón, el más tallado de los poetas de la generación del 27, cuando pone esta petición en boca del jefe de la partida de bandoleros que acababan de asaltar y robar la diligencia de Carmona: “¡Echa vino, montañés, que lo paga Luis de Vargas, el que a los pobres socorre y a los ricos avasalla!”.

LOS MUERGOS CUARESMALES

Aunque ya sólo quedan anecdóticos rastros de la cocina de Cuaresma, prácticamente reducidos a las torrijas y al potaje de garbanzos, espinacas y bacalao, durante siglos y hasta no hace tanto, esa culinaria aportó platos interesantísimos y en todos los libros de recetas el apartado dedicado a la vigilia ostentaba singular protagonismo.

Tradicionalmente en la Cantabria litoral, durante ese periodo litúrgico católico de cuarenta días que co-

mienza el Miércoles de Ceniza y finaliza el Domingo de Ramos, el producto de referencia no era, como sucedía en la mayor parte del territorio español, el bacalao, sino los muergos o navajas, que se preparaban al vapor, sencillamente con agua y sal; en salsa, con aceite, cebolla, pimiento verde, ajo, sofrito de tomate, caldo de carne, vino blanco, pimentón picante y sal; con patatas, a base de aceite, cebolla blanca, zanahoria, ajo, perejil, pimiento verde, sofrito de tomate, guindilla y sal, y con arroz, hechos con aceite, arroz, ajos, vino blanco, sofrito de tomate, pimiento verde, agua y sal.

De la importancia de este bivalvo en la gastronomía cuaresmal cantabróna da idea la nota que publica *El Correo de Bielva* el 17 de mayo de 1916: “*La Acebosa: Guerra de los muergos. - Se la han declarado en la Acebosa, con motivo de Semana Santa; casi todo el pueblo se dedicó a cazar muergos en estos días, haciendo gran acopio de ellos.*”

CAMINOS DE LA ANTIGUA CASTILLA MARINERA

La ruta empieza en **San Vicente de la Barquera**, hermosa y recoleta villa marinera y jacobea, donde se exaltan los sentidos y el cuerpo se regala con cosas tan ricas como las ostras cultivadas en su ría, la sopa de chirlas con arroz y el más que típico sorropotún, marmita de bonito, cebolla, patatas, pimientos rojos y unas rebanadas de pan sobre todo. Para el final, un dulce que llaman pejina.

Rivalizando en belleza, espera en el siguiente alto del camino “La Villa de los Arzobispos” y de la Universidad Pontificia, **Comillas**, con sus palacios y casas solariegas de mucho fuste y entre las que destaca un palacete que, dentro del palacio del



Restaurante El Retiro. San Vicente de la Barquera.

marqués de Comillas, diseñó el arquitecto Gaudí. A la mesa, ensalada de pimientos y anchoas o bocartes; sopa de pescado con cabracho, calamaritos/rabas fritas o al ajillo; y lubina albardada.

La senda sigue hasta **Santillana del Mar**, nueva y refrescante hermosura de paisaje y noble arquitectura medieval, que cuenta con una Colegiata del siglo XIII y es vecina de las cuevas de Altamira, donde se ubica la llamada "Capilla Sixtina del Cuaternario". Para la pitanza se ofrecen la sopa de lapas, los erizos de mar gratinados; los chipirones rellenos o en su negra tinta; merluza en salsa verde; pez espada al horno, y bonito encebollado.

De Santillana a **Suances**, igualmente playera y portuaria, amable y sosegada. A la hora del yantar, almejas al natural, frescas quisquillas y besugo al horno o a la espalda. Si hay suerte, que tampoco hace falta mucha, en Suances suelen celebrarse a cada poco prestigiosas jornadas gastronómicas del marisco, del arroz y del bacalao.

Nuevo alto en la capital de la comunidad, **Santander**, que, elegante, sobria y asentada en una de las ba-

hías más bellas del planeta, invita al paseo por su playa del Sardinero y su península de la Magdalena, sede y cobijo del palacio donde cada verano se celebran los cursos de la Universidad Menéndez Pelayo. Cumplidas tales obligaciones, merece la pena empezar el picoteo con unos bocartes al ajillo o una langosta u ollocántaro (bogavante) a la plancha, y seguir con una inigualable lubina al estilo de Santander, que lleva huevo duro, aceite emulsionado con la salsa de cocción y un toque de vinagrillo. A lo postrero, quesucos de nata, arroz con leche, pasiegos y maduros.

Apuesta segura aquí en el restaurante **La Bombi**, un clásico en pescado y marisco frescos y preparaciones de honesta tradición y rigor, con especial atención a las alcachofas rellenas de centollo y al zancarrón de ternera.

Antes del adiós o el hasta luego, y como aporte al zurrón peregrino, los típicos sobaos.

Y de la capital, al final del camino, que será **Castro Urdiales**, conjunto histórico con más irrenunciable vocación marinera-pesquera-playera y una oferta al yantar de coco-

chas o en local barbados; jibiones encebollados; marmita de bonito o de langosta; ajoarriero de bacalao, langosta y gambas, y unos soberbios lomos de merluza en salsa de espárragos. Al postre, una ración de leche frita.

Como alternativa de buen menú de producto y temporada, a un par de kilómetros, en **Allendelagua**, está el restaurante **El Ruso**, donde conviven en gastronómica armonía el cabrito guisado y el cabracho al horno.

RUTA ENTRE VALLES, MONTAÑAS Y QUESUCOS

La ruta comienza en **Solares**, que es mucho más que agua fina de la que ya disfrutaron los antiguos romanos. Con o sin agua, merece detenerse en serio en un menú de regío cocido montañés; alubias rojas estofadas; la inefable puchera, que da nombre a una de las más afamadas novelas del rancio y misógino José María de Pereda, y una sabrosísima lengua de ternera con verduras. Cocina tradicional y de mercado se puede encontrar y disfrutar en **Casa Enrique**.

Primer alto tras la salida en **Torrelavega**, enclavada en el sector inferior de los valles que constituyen los ríos Saja y Besaya, en la encrucijada de los caminos hacia Asturias y la Meseta. Antes de otra cosa es de ley visitar el conjunto monumental de Viérnoles, formado por un abigarrado conjunto de palacios y casonas de los siglos XVII al XIX.

Torrelavega está dispuesta a caballo entre la montaña y la costa, por lo que a la hora del condumio tanto dan sardinas rellenas de pasta a base de magro de cerdo, tomate y vino blanco, arroz con costillas de cerdo; o cogote de merluza al horno. A los postres, y para el camino, las dulces polkas locales.



Restaurante Los Peñucos.

Aquí, un restaurante a considerar es **Los Avellanos**, ejemplo de convivencia entre lo tradicional y lo morigeradamente innovador.

De Torrelavega a **Puente Viego**, a orillas del Pas y en la entrada del siempre verde valle de Toranzo. De inicio, y tras prudente paseo, una ensalada de queso fresco del Pas con frutas, y unas ineludibles patatas con chirlas al estilo local. A la de después unos pimientos rellenos de arroz y carne, y unos callos a la montañesa.

Siguiente parada en **Reinosa**, cuna y matriz del río Ebro, y capital de la Comarca del Campoo, zona de producción artesana tradicional de galletas, mermeladas, quesos y legumbres.

Aquí la opción es netamente carnívora y en clave de cocina campurriana: olla ferroviaria, ternera a la montañesa, pollo de corral o "picasuelos" asado, y chuletón de Reinosa, a ser posible y "a juerza" de pan de Olea y con valluco, queso artesano puro de oveja. De postre, rosquillas del Ebro o unos bizcochos de fino hojaldre, rellenos y alimonados que atienden por el nombre de pan-tortillas.

Dejando atrás Reinosa, el viajero llega a **Potes**, paisaje sobrecogedor en el corazón y capitalidad de la Comarca de Liébana y gastronomía a la altura de sus alturas. Imprescindible visita al Monasterio de Santo Toribio y después despacho de unos boronos, a base de sangre de cerdo, harina y tocino; un rotundo cocido lebaniego en sus tres rituales vuelcos; picoteos de chorizo local y generosa ración de queso ahumado de Áliva y/o de Pido. A los postres, y como despegue de una larga sobremesa, rosquillas al orujo de Potes, regadas con el propio exquisito destilado.

Como oferta restauradora de zona, honesta y veraz, el **Mesón del Oso**, donde además de boronas hacen un rabo de novilla estofado que es cosa de mérito y gozo.

Y de Potes a la meta de esta ruta, **Fuente Dé**, pueblo ensimismado en el centro de un circo glaciar, con los Picos de Europa vigilando desde su imponencia inaudita y al que se puede acceder mediante un teleférico que literalmente vuela sobre los ochocientos cincuenta metros de



Restaurante Los Peñucos.

ascensión. Dejando extender la vista en los encrespados horizontes, se puede y debe dar cuenta de un plato de lengua con verduras, un queso picón de Tresviso y unos frisuelos de Liébana, que conviene maridar con un vino dulce que llaman tostadillo de Liébana.

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR



Jargo a la plancha.